



し せい 至 誠

種子島中央高等学校
生徒指導部だより
令和元年度第2号
令和元年7月19日発行

1 一学期を振り返って

今日で一学期も終わります。令和になって初めての夏休みも目前。楽しい夏休みの前に、みなさんも一学期の過ごし方について振り返ってみましょう。

生徒指導部では、「頭髪服装指導の必要性のない学校」を目指して指導してきました。その目標達成にはまだまだ至りませんが、頭髪服装指導や日々の生活を通して「種子島中央高校生」としてどうあるべきかを伝えてきたつもりです。皆さん一人ひとりが「自分のあるべき姿」をそれぞれに設定して、なおかつその「あるべき姿」が「種子島中央高校生としてのあるべき姿」の中にあることが大切です。また、夏休みだからといって「あるべき姿」が変わるわけではありません。皆さんは学校がある日も、休みの日も「種子島中央高校生」なのです。そのことに誇りを持って、自分の行動を律することのできる人になってほしいと思います。

一学期は、朝、校門と脱靴場に生徒指導部の先生が立ち、みなさんの様子を見てきました。その中で感じたことを担当の先生にインタビューしてみました！



立ち止まってあいさつしてくれる生徒も多く、保護者の方も車の中からあいさつをしてくださるので、一日を気持ちよくスタートすることができます。みなさんは地域のよい習慣が身につけているので、これからもその習慣を持ち続けてほしいです。

【安田先生】



正直、始める前は朝立つの面倒だな、と思っていました。しかし、実際に立ってみると、みんなの笑顔やあいさつに逆に元気をもらえて、朝の楽しみになりました。2学期もみんなの笑顔に会えるのを楽しみにしています！

【永野先生】

いつも爽やかな「おはようございます」に心癒やされています。保護者の方々の車中からの笑顔にも心癒やされています。種子島中央高校の皆さん、そして保護者の皆様の交通安全を祈っています。

【中迎先生】

いつも気持ちの良いあいさつを交わしてもらい、元気をもらっています。

「元気なあいさつ」「身だしなみ」は充実した一日を送るために大事なことです。2学期も継続です！

【中山先生】

2 夏休みの心得

夏休みだからといって、ルールや規則が変わるわけではありません。学校でのルールに則った行動をしましょう。次に記載するのは、夏休みに特に注意すべき事柄です。

- 1 規則正しい生活や健康管理に心がけること。歯科治療の必要な生徒は夏休みに！
- 2 アルバイトは必ず許可を受けること。無許可や夜間アルバイトは禁止。
- 3 遊泳禁止場所への立ち入りや危険箇所への立ち入りをしないこと。
- 4 スマートフォン等によるインターネットやSNS等の不適切な利用はしないこと。
①情報公開には細心の注意を払うこと。 ②知らない人からの連絡に返信しないこと。
③個人情報を書き込まないこと。 ④使いすぎに注意すること。午後10時電源OFF。
- 5 無断外泊や夜間徘徊、深夜徘徊（午後9時以降）、問題行動（喫煙・飲酒等）をしないこと。
- 6 交通マナー・ルールを守ること。
- 7 男女交際は自分も相手も大切にすること。

3 ひとりで悩まないで

「相手の立場にたって考えなさい」「他人の気持ちを思いやりなさい」とよく言われますが、結構難しいことです。何気なく言った言葉が相手を傷つけることもあります。それは相手の心がわからないからです。人の心は見えないから仕方がないこともありますが、わかろうとする努力は必要です。では、どうすれば人の心（気持ち）がわかるようになるのでしょうか。できるだけ多くのことを経験していたほうがわかると思います。しかし全てを自分で経験することはできません。そこでいろいろな人の話を聞いたり、本を読んだりして、人の心や感情に触れてみることを勧めます。

同じような出来事に遭遇しても平気な人と落ち込む人がいます。それは受けとめ方の違いです。アメリカの心理学者アルバート＝エリスの理論は、悩むのは出来事そのもののせいではなく、その出来事をどう受けとめるかによって、結果（悩み）が決まるという考えです。悩みで落ち込んだ時に、自分の「受けとめ方」が事実には則しているか、論理的であるかチェックしてみましょう。

ストレスがたまると「ぐるぐる思考」「いきすぎ思考」「とらわれ思考」に陥りやすくなります。自分なりのストレス対処法を準備しておきましょう。「人に相談する」ことも大切です。もしも友だちに相談されたら、そのときは一生懸命に聞きましょう。アドバイスはできなくていいです。解決できなくていいです。寄り添って聴いてくれる人がいることが大切なのです。

悩んだり、落ち込んだりしたときは、親やきょうだい、友だち、先生を頼ってください。誰にも相談できない。どうしても相談できないひとは、いろいろな相談機関を利用してください。電話を試してみましょう。必ず聴いてくれます。

電話相談（24時間対応）24時間子供SOSダイヤル
0120-0-78310（全国統一フリーダイヤル）
かごしま教育ホットライン24
0120-783-574（固定電話専用フリーダイヤル）
18さいまでの子どもがかける電話（16時～21時）
チャイルドライン
0120-99-7777



4 緊急連絡先

万が一、事故や問題が発生した際は直ちに連絡を！

電話番号 **学校** **0997** **—** **24** **—** **2401**
 担任 **—** **—**

5 夏休み明けの行事予定

9月2日	月	始業式・大掃除（体育服持参） 頭髪服装指導→全員一発合格！
9月7日	土	第12回体育祭
9月9日	月	体育祭振替休日
9月10日	火	実力課題考査1日目
9月11日	水	実力課題考査2日目

